

Ausgang und Eingang

„Pilgerschritt“ zum Kanon
von Ute Springer



Im Video anschauen: <https://youtu.be/Hi-9JvzDPQE>

Gestaltungsidee zum Kanon „Ausgang und Eingang“, EG 175

Der Kanon „Ausgang und Eingang“ wird mit einem einfachen Tanzschritt verbunden, mit dem **Pilgerschritt**: Drei ruhige Schritte (halbe Noten) vor und dann einen Schritt zurück (nicht nur Antippen, sondern mit Gewicht). Das Video zeigt das anschaulich:

<https://youtu.be/Hi-9JvzDPOE>



Zuerst sollte die singende Gruppe das Lied sicher auswendig singen können. Es reicht einstimmiger Gesang. Dann tritt der Pilgerschritt dazu. Oder der Pilgerschritt wird zunächst separat geübt. Dabei kann es hilfreich sein, wenn man laut mitspricht: 1 – 2 – 3 – zurück.

Konkrete Gestaltungsmöglichkeiten:

- Alle gehen gemeinsam als Gruppe in dieselbe Richtung– oder jede:r geht bewusst in seine*ihre eigene Richtung.
- Natürlich kann die Gruppe auch im Kanon singen.
- Besonders eindrücklich ist der Pilgerschritt in großen Räumen (Kirchen) und mit großen Gruppen. Kirchenbänke sind zum Glück kein Hindernis für diesen Schreittanz.
- Man kann aus verschiedenen Positionen starten und in der Mitte gemeinsam ankommen.
- Man kann tanzend zu einem Lieblingsplatz in der Kirche gehen.

Diese Tanzform eignet sich für viele Kanons und kurze Singsprüche. Wichtig sind ein angemessenes Tempo und eine klare Form mit vier ruhigen Schwerpunkten pro musikalischer Phrase. Siehe auch EG 21, 172, 178.9, 492; Bless the Lord, my Soul ft 195; Show me Lord ft 125; Schweige und höre ft 2 und viele weitere.

Gedanken zum Pilgerschritt

Wir spüren wir beim Tanzen: Wir gehen vorwärts, aber wir eilen nicht. Immer wieder überprüfen wir, ob die eingeschlagene Richtung die richtige ist. Immer wieder haben wir Zeit, uns zu sammeln. Wir gehen langsamer als sonst, aber wir kommen sicher und gut ans Ziel. Die Gruppe kommt in ein gemeinsames Schwingen, bei dem jede:r den:die andere:n trägt.

Idee: KMD Ute Springer, Iserlohn